



МБОУ "Кармалинская СОШ"

Р.Р.Гиляев

А.М.Гиляева

22.11.2023

	выход	цена	белки	жиры	уг-ды	калории
Горячий завтрак (младшие)						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным (30/15/5)	50		6,27	7,86	14,83	155,00
Биточки рыбные	90		3,48	9,57	4,71	64,33
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом	150/3		5,78	1,28	42,96	226,10
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	553	77,59	19,92	19,33	87,34	609,35
Горячий завтрак (старшие)						
Биточки рыбные	100		7,20	9,53	5,24	71,48
Макаронные изделия (рожки)отварные с маслом	180/3		6,64	7,60	31,78	221,94
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
Хлеб пшеничный	35		2,66	0,28	17,22	82,25
Хлеб ржаной	35		2,07	0,37	12,47	62,37
Итого:	553	60,90	21,70	22,80	91,21	648,40
завтрак (младшие)						
яблоки	100		0,40	0,40	9,8	47
каша рисовая молочная(вязкая) с маслом сливочным	150/5		14,48	17,32	38,52	389,93
Чай с сахаром и лимоном	187/8/5		0,13	0,02	8,20	34,02
батон нарезной	45		3,38	1,31	23,13	117,90
Итого:	500		18,92	19,76	86,45	561,80
Обед (младшие)						
Суп картофельный с горохом	200		9,39	15,22	13,23	248,60
Биточки рыбные	90		5,48	9,57	4,71	64,33
Макаронные изделия (рожки) отварные с маслом	150/3		5,78	1,28	42,96	226,10
Напиток из сухофруктов	200		0,70	0,10	32,00	132,80
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40
Итого:	703	115,14	25,61	26,77	119,54	801,73
Всего:	1203		44,53	46,53	205,99	1363,53